EL DOMINIO PROPIO

Por Jesús Briseño Sanchez

Porque no nos ha dado Dios
espíritu de cobardía,
sino de poder, de amor
y de dominio propio.

2 Timoteo 1: 7

Primera Edición, Guadalajara, Jal. Noviembre de 2009
Segunda Edición, Tonalá, Jal. Septiembre de 2012
Tercera Edición, Tonalá, Jal. Diciembre de 2015

ABREVIATURAS:

RV60 Versión Reina Valera Revisión 1960
BLS Biblia en Lenguaje Sencillo
NVI La Nueva Versión Internacional
DHH Biblia Dios Habla Hoy
JER Biblia de Jerusalén
BL95 Versión Latinoamericana 1995

INTRODUCCIÓN

Dice así la Palabra de Dios:

> Por lo cual te aconsejo que avives el fuego del don de Dios que está en ti por la imposición de mis manos. Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio. (2Timoteo 1.6-7)

La Biblia en Lenguaje Sencillo traduce así: *"Por eso te recomiendo que no dejes de usar esa capacidad especial que Dios te dio cuando puse mis manos sobre tu cabeza. Porque el Espíritu de Dios no nos hace cobardes. Al contrario, nos da poder para amar a los demás, y nos fortalece para que podamos vivir una buena vida cristiana"*.

Para este estudio, nos vamos a estar refiriendo constantemente a esta versión moderna de la Biblia, pues su lenguaje claro y ameno nos va a ayudar mucho en la comprensión del tema.

El dominio propio, según los diccionarios bíblicos, se relaciona con sobriedad, continencia y sobre todo con *prudencia*.

Nuestro hermano Bill Reeves comenta: *"El poder vence, el amor motiva, y el dominio propio conduce a un ministerio exitoso. El vocablo griego (Sofronismos) aparece en el Nuevo Testamento solamente aquí. Según el léxico de Thayer, significa una amonestación o llamamiento a una mente sana. Literalmente, significa "salvando la mente". Dios ha dado al cristiano una actitud de mente ("espíritu") que instila, o infunde, en sí mismo y en otros el dominio propio, o disciplina"*.

Salvar, guardar, proteger nuestra mente, para que podamos manifestar de forma poderosa el amor hacia uno mismo y hacia los demás, así como el pleno dominio de nuestra persona, mente y actitudes.

Dice el comentarista Matthew Henry: *"Dios no nos ha dado espíritu de temor, sino de poder, de amor y de dominio propio para enfrentar dificultades y peligros; el espíritu de amor a Él que nos hará vencer la oposición. El espíritu de una mente sabia, de la tranquilidad mental. El Espíritu Santo no es el autor de una disposición tímida o cobarde ni de temores esclavizantes. Es probable que tengamos que sufrir aflicciones cuando tengamos el poder y la fuerza de Dios que nos capaciten para soportarlas"*.

Para nuestro Dios es importante nuestro dominio propio, ya que es un fruto del Espíritu, es una cualidad inherente a nuestra vida cristiana, porque proviene de nuestra relación espiritual con Dios. Es decir, que la manifestación de un pleno dominio propio, da muestras de que somos hijos de Dios.

Dice el Señor que el Espíritu del cual nos ha dado a beber por medio de nuestra fe, no es de cobardía, no es débil ni infructuoso, sino que es poderoso, porque proviene de su Espíritu, es amoroso porque proviene de su esencia y se manifiesta en dominio propio, prudencia, buen juicio.

Pero dice el versículo 6, que debemos de avivar el fuego del don de Dios. Otras versiones dicen incluso "reavivar", dejando entrever la posibilidad de que el don estuviera descuidado. Algún don especial había recibido Timoteo de parte del apóstol Pablo. La Biblia en Lenguaje Sencillo dice: *"…que no dejes de usar esa capacidad especial que Dios te dio…"*

La necesidad del dominio propio y de la prudencia se hace evidente cuando vemos las consecuencias de carecer de esos frutos del Espíritu en nuestra vida diaria, tanto en nuestra propia persona, en nuestras relaciones con los demás, y sobre todo, en nuestra vida espiritual y nuestra relación con Dios. Dice el pasaje que Dios no nos hace cobardes, comenta Matthew Henry: "*El Espíritu Santo no es el autor de una disposición tímida o cobarde ni de temores esclavizantes*".

Jesús ha venido a nosotros para que tengamos vida y vida en abundancia; los problemas, los afanes, la ansiedad, el temor y las malas actitudes, no son de ninguna manera parte de una buena vida cristiana.

EL DOMINIO DE NUESTRA MENTE

Dice el Señor:

> Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; Porque de él mana la vida. Aparta de ti la perversidad de la boca, Y aleja de ti la iniquidad de los labios. Tus ojos miren lo recto, Y diríjanse tus párpados hacia lo que tienes delante. Examina la senda de tus pies, Y todos tus caminos sean rectos. No te desvíes a la derecha ni a la izquierda; Aparta tu pie del mal. (Proverbios 4.23-27)

La Biblia en Lenguaje Sencillo traduce así: *"Y sobre todas las cosas, cuida tu mente, porque ella es la fuente de la vida. No te rebajes diciendo palabras malas e indecentes. Pon siempre tu mirada en lo que está por venir. Corrige tu conducta, afirma todas tus acciones. Por nada de este mundo dejes de hacer el bien; ¡apártate de la maldad!"*

Dice pues el Señor que sobre todo tesoro que debamos guardar, el corazón, o nuestro interior, es de lo más preciado, y debe cuidarse por encima y antes que otras muchas cosas. ¿Por qué? Porque es el centro y la base de nuestro ser, o como dijera Matthew Henry: "*porque de ahí surgen los asuntos de la vida*".

Teniendo el control de lo que entra y de lo que se encuentra en nuestra mente y utilizando todas sus capacidades con sabiduría, podremos reflejar el dominio propio en lo que hablan nuestros labios, en lo que miran nuestros ojos y en lo que buscan o siguen nuestros pies.

¿Se da cuenta? Se puede afirmar sin temor a equivocarse, que nuestra actitud y conducta exterior se encuentran firmemente determinadas por el contenido de nuestro interior, de nuestro corazón y nuestra mente.

Esto nos recuerda las palabras de Jesús:

> El hombre bueno, del buen tesoro de su corazón saca lo bueno; y el hombre malo, del mal tesoro de su corazón saca lo malo; porque de la abundancia del corazón habla la boca. (Lucas 6.45)

No podíamos quedarnos sin la versión de la Biblia en Lenguaje Sencillo: *"La gente buena siempre hace el bien, porque el bien habita en su corazón. La gente mala siempre hace el mal, porque en su corazón está el mal. Las palabras que salen de tu boca muestran lo que hay en tu corazón"*.

El filósofo Lao-Tsé decía: *"Cuida tus pensamientos, se convierten en palabras. Cuida tus palabras, se convierten en acciones. Cuida tus acciones, se convierten en hábitos"*. Rob Gilbert ha dicho: "*Primero formamos los hábitos y luego ellos nos forman. Conquiste sus malos hábitos o ellos los conquistaran a usted*".

Existen en nosotros muchos hábitos, algunos buenos y otros detestables, pero todos fueron engendrados primeramente en nuestra mente, luego se convirtieron en nuestras creencias y lenguaje, y por ultimo pasaron a ser parte de nuestra conducta, actitud y forma de vida, y de ahí es muy difícil desarraigarlos.
Por ello, una forma efectiva y básica de cuidar nuestro corazón, es sencillamente tener el control de lo que entra y de lo que se conserva en nuestra mente.

> En mi corazón he guardado tus dichos, para no pecar contra ti. (Salmos 119.11)

En las notas de la Biblia del Diario Vivir se lee: *"Guardar la Palabra de Dios en nuestros corazones es una fuerza de disuasión contra el pecado. Esto únicamente nos debe inspirar a querer memorizar las Escrituras. Pero la memorización por sí sola no nos impedirá pecar, debemos también poner en práctica la Palabra de Dios en nuestras vidas, haciendo de ella una guía vital para todo lo que hagamos"*.

De todo el conjunto de cosas que usted escucha, ve y lee, ¿Cuánto es realmente de edificación? ¿Cuánto lo ayuda en su vida espiritual? ¿En qué grado lo hace una mejor persona, o un mejor hijo de Dios? ¿Qué herramientas le proporciona y cómo lo capacita para responder a las dificultades y los desafíos de la vida, a las provocaciones y a las tentaciones?

Pablo nos enseña acerca de las cosas en las que debemos de pensar:

> Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. (Filipenses 4.8)

Dice el comentarista William Barclay: "*La mente humana se tiene que concentrar en algo, y Pablo quería estar seguro de que los Filipenses se concentraran en cosas que valieran la pena. Esto es algo de suprema importancia porque es una ley de vida que si uno piensa en algo con suficiente frecuencia e intensidad llegará al punto en que no pueda dejar de pensar en ello*".

Pero, ¿Cómo vamos a pensar en estas cosas si se nos va la vida poniendo atención al futbol, a las telenovelas y a la palabrería del mundo?
Las personas del mundo menosprecian y se burlan de todo lo verdadero, honesto, justo, puro y amable. Pero no le hacemos ningún favor intentando quedar bien y aprobando y compartiendo sus filosofías o intereses terrenales.

Debemos hermanos, para nuestro propio bienestar espiritual, ser más selectivos en cuanto a todo aquello a lo que prestamos interés y atención, y dedicarle mayor tiempo a lo que sea de verdadero sustento y provecho.

La Nueva Versión Internacional dice en Colosenses 3.16: *"Que habite en ustedes la palabra de Cristo con toda su riqueza"*. Esa riqueza del pensamiento divino es nuestra guía vital, lo que nos gobierna a cada paso de nuestra vida terrenal.

EL DOMINIO DE NUESTRO ESTADO DE ANIMO

Así habla el Señor:

Estad siempre gozosos. (1Tesalonicenses 5.16)

La Biblia en Lenguaje Sencillo dice: *"Estén siempre contentos"*.

Nuestro hermano Bill Reeves comenta: *"El cristiano verdadero siempre tiene causa para regocijarse. Se regocija en la nueva vida que ha encontrado en Cristo y en la esperanza que comparte con otros cristianos. Aunque haya tristezas y lágrimas y esté cargado con los cuidados de la vida, puede regocijarse, soportando el peso de ellos. Su gozo no se atribuye a las condiciones y circunstancias externas, sino que es un gozo que existe en lo profundo de su corazón por causa de sus riquezas espirituales. Es el dueño de tesoros que producen gozo en medio de sufrimientos. Puede sonreír aunque derrame lágrimas. Sabe que por ser cristiano posee lo que nadie, ni siquiera la muerte misma, le puede quitar"*.

Muchas veces nuestro estado de ánimo influye grandemente en la calidad de nuestros pensamientos, y por consecuencia, de nuestras acciones. Nuestra conducta, o forma de reaccionar ante o en los asuntos de la vida diaria, no siempre tienen su origen en una consciente decisión. En ocasiones reaccionamos o actuamos de forma espontánea o instintiva, a veces lo hacemos según nuestras creencias adquiridas y arraigadas, o después de cavilar detenidamente acerca del camino más conveniente.

Lo más racional sería, actuar siempre según la razón, la verdad y la justicia, en pleno apego a nuestros valores como cristianos. Lograremos un gran triunfo cuando nuestro estado de ánimo refleje nuestras creencias y éstas determinen nuestras acciones. Seamos conscientes de que uno de nuestros mayores defectos, es que las circunstancias determinan nuestro estado de ánimo, y luego éste determina nuestras acciones, poniendo en ridículo a nuestras creencias.

Por ello es importante que analicemos este tema y aprendamos tanto las características del estado de ánimo, su poder y cómo podemos controlarlo para mejorar en nuestro dominio propio.

Por principio de cuentas, nuestro estado de ánimo no debiera de depender de las circunstancias, entorno o actitudes y acciones de terceras personas.

Platicando con una persona a la que le molestaba muchísimo que le limpiaran el parabrisas en el crucero, yo le comentaba: *"Mire, usted se enoja muchísimo, la persona que la hace enojar quizá ni cuenta se dé. A la cuadra él ni se acuerda de usted, pero usted sigue enojada, incluso es probable que llegue enojada a su trabajo"*. Ella me decía que efectivamente llegaba enojada a su trabajo por eso. Yo le pregunte: *¿Y cómo se le ocurre poner su estado de ánimo en manos de una persona tan insignificante, que ni siquiera cuenta se da del coraje suyo?*
Esta persona tenía dominio sobre su coche, quería tener un extremo dominio sobre sus pertenencias, pero su estado de ánimo no estaba en su dominio, ese lo dejaba en manos de un desconocido.

A lo largo de los años me sorprende mucho lo fácil que otras personas nos cambian el estado anímico, desgraciadamente no siempre para bien. Jamás permita que otra persona, sea quien sea, determine su estado de ánimo, eso le corresponde solamente a usted. Asimismo, reconozca y respete el estado de ánimo que otros decidan tener, pues es su derecho.
Tener dominio propio comienza por tener todo el dominio sobre sus emociones, sentimientos y actitudes. Yo pregunto ahora: ¿no ponemos en ocasiones nuestro estado de ánimo en manos de gente que no vale la pena? Estamos alegres, se acerca alguien y nos pone tristes, preocupados o enojados. ¿Por qué?

A veces nos sentimos mal por cosas de nuestro pasado, o lo que es más increíble: por cosas del pasado de otros. Si usted no puede modificar su propio pasado, ¿qué hace introduciéndose y amargándose por el pasado de otros?

En ocasiones nuestro estado de ánimo depende de lo que hagan otros, e incluso de lo que hagan muchos. Si su felicidad, tranquilidad, salud emocional, depende de que numerosas personas hagan o se conduzcan exactamente como usted espera, ¿se imagina qué probabilidades hay de que salga usted molesto, dañado o defraudado?

En ocasiones para nuestro bienestar espiritual o mental exigimos demasiado, pero para sentirnos mal no ocupamos mucho, es suficiente casi cualquier cosa. ¿Es eso correcto, es eso lógico, es eso razonable, habla bien eso de alguien que *confía en Dios*? Dios le preguntó a Jonás: *¿Haces tú bien en enojarte tanto?*

El escritor alemán Wolfgang Goethe decía: *"El mayor mérito del hombre, consiste en determinar sus circunstancias, y no dejar que las circunstancias lo determinen a él"*. El conferencista Cesar Lozano dice: "*No es lo que pasa lo que te afecta, es como reaccionas a lo que te pasa*".

No son el entorno, las experiencias y circunstancias de la vida lo que forma nuestro carácter, sino el significado y el poder que *decidimos* darle a esas circunstancias.
Nosotros mismos le concedemos a nuestras experiencias el poder para limitarnos y derrotarnos, o para desafiarnos y explotar al máximo todo el potencial que Dios nos ha dado en cada aspecto y ámbito de nuestra vida.

Para alguien del mundo, encontrarse con un obstáculo significa que hasta ahí llegó. Para el cristiano, significa que tiene la oportunidad de demostrar de qué está hecho, dónde está su fe y cuán grande es su Dios. Los desafíos, los obstáculos y las dificultades de la vida diaria son una excelente oportunidad para darle gloria a nuestro Dios demostrándole al mundo su grandeza.

Podemos llegar a ser tan pesimistas, que si nos regalan una residencia vamos a exclamar: "*¡y ahora, ¿con qué la voy a amueblar?!*"

Peor aún, sujetamos nuestro estado de ánimo a cosas que perdemos o que no podemos conseguir. Se nos pierde un objeto y nos queremos suicidar. No podemos comprar un celular nuevo, y nos amargamos. Nos quieren quitar algo y preferimos perder la vida. Es la constante de los noticieros: personas se resisten a ser robadas; son asesinadas y después, robadas.

A veces sujetamos nuestro estado de ánimo a cosas que:

- No son ni costosas, ni preciadas, ni útiles ni necesarias
- Después podemos conseguir muy fácilmente
- Por más que nos enojemos o preocupemos no podemos conseguirlas o retenerlas
- Un día nos dará risa esas pérdidas o carencias
- Lo peor, es que nuestra actitud cristiana, que sí es preciada, es puesta en entredicho

Nuestro Dios no sugiere ni aconseja, sino manda:

> No resistan al que les haga mal. Si alguien te da una bofetada en la mejilla derecha, vuélvele también la otra. Si alguien te pone pleito para quitarte la capa, déjale también la camisa. Si alguien te obliga a llevarle la carga un kilómetro, llévasela dos. Al que te pida, dale; y al que quiera tomar de ti prestado, no le vuelvas la espalda. (Mateo 5.39-42 NVI)

En ocasiones nuestro estado de ánimo depende hasta del estado del tiempo. Ya nos quejamos que estaba haciendo mucho calor, luego por las lluvias, ahora que está haciendo mucho frio. Todos los estados del tiempo son necesarios y útiles para el orden del planeta, y todo desorden o alteración en los ciclos normales del clima, son a causa de la actividad del mismo hombre sobre su entorno. Pero nos quejamos del estado del tiempo. A veces hasta lo usamos como pretexto para no adorar a Dios. Cuando no se tiene dominio propio, cualquier elemento puede usarse para el pecado.

A los que no aman a Dios, todas las cosas les ayudan para mal.

La peor de las escenas para un servidor, es cuando permitimos a nuestro estado de ánimo depender de todo, luego nos enojamos, porque no puede existir otro resultado, y por ultimo hacemos que paguen inocentes por culpables. Y como otros no se dejan, terminan por ser los niños quienes pagan los platos rotos de nuestra falta de madurez y responsabilidad emocional. Los niños se quejan menos que nosotros por el clima, se admiran de la creación de Dios más que nosotros, la contemplan maravillados, se detienen y disfrutan ver las flores o los pajaritos; pero los papás, amargados y sin salud emocional, se acercan para regañarlos, apurarlos y hasta para llevarlos de las orejas. Se hace tarde para el mandado, para el trabajo, para la escuela, para la iglesia; no me quise levantar temprano, pero sí veo sobre quien me puedo desquitar y descargar toda mi amargura. Ordena Dios: por nada estéis afanosos. El hombre insolente responde: *"Sí me afano, y mi hijo también"*.

No debemos sentirnos mal por aquello que no está en nuestras manos o que escapa a nuestro control.

Cuando se sienta mal, triste, enojado, contrariado, deténgase un momento y pregúntese:

- ¿Soy culpable directo de esta situación?
- ¿Qué tanto estuvo en mis manos evitarla?
- ¿Es realmente importante este problema? ¿es verdaderamente alto el costo?
- ¿Está en mis manos repararlo, qué tanto se puede hacer?
- De aquí a determinado tiempo, ¿cómo veré este momento?

Si se fija bien, tiempo después de vernos tristes, enojados o preocupados, hemos llegado a afirmar: "*caray, no era para tanto*". Según los especialistas, la mayoría de la gente vive preocupada por cosas que en un noventa por ciento jamás sucederán. Como se dice: "*hasta lo que no nos comemos nos hace daño*".

La conciencia que Dios ha puesto en nosotros, hace necesario que en algunos casos, sí debamos de sentirnos mal. Pero para ello debe ser por algo que nosotros hicimos mal, algo en lo que nosotros fallamos. La única razón válida para sentirse mal es sentirse mal por las faltas y fallas personales.

Por eso dice el Señor:

> ¿De qué, pues, se queja el hombre? ¡Que sea hombre contra sus pecados! (Lamentaciones 3.39 JER)

La Versión Moderna dice: *"¿Por qué pues ha de quejarse hombre viviente? ¡Quéjese el hombre a causa de sus mismos pecados!"*.

Es ahí y es por eso que debemos quejarnos, enojarnos, indignarnos, sentirnos realmente mal: por *nuestros pecados personales* contra Dios.
Pero jamás debemos de sentirnos mal por las acciones de otros, por el entorno o las circunstancias ajenas a nuestro control, por nuestro pasado, por perdida de pertenencias, en fin, por todo aquello que no depende de nuestra decisión, que no se encuentra en nuestras manos controlar, ni en nuestras posibilidades corregir.

La Palabra de Dios nos habla de un hecho insólito:

> Y acabó Dios en el día séptimo la obra que hizo; y reposó el día séptimo de toda la obra que hizo. Y bendijo Dios al día séptimo, y lo santificó, porque en él reposó de toda la obra que había hecho en la creación. (Génesis 2.2-3)

La Biblia en Lenguaje Sencillo dice: *"Así terminó Dios la creación del cielo y de la tierra y de todo cuanto existe, y el séptimo día descansó. Dios bendijo ese día y lo apartó, para que todos lo adoraran"*. ¿Cree usted que Dios estaba realmente cansado, o que algo muy importante nos quiere enseñar en su propio ejemplo?

Un factor decisivo para carecer de dominio propio, es la falta de descanso tanto físico como mental. Descanse más, hasta Dios descansó y la creación no se trastornó. Por mucho que le hayan hecho creer en su trabajo, en su grupo social o en su familia, es usted necesario pero no indispensable. Saturar nuestro tiempo con un sinfín de actividades no solo causa que no podamos cumplir los mandamientos de Dios, sino que también llena de stress nuestra vida. Aprenda a ser humilde y delegar algunas responsabilidades.

Sobre todo, sepa que su gozo no depende de sus circunstancias, ni de su familia, ni de su trabajo, ni de nada material:

> Porque de los presos también os compadecisteis, y el despojo de vuestros bienes sufristeis con gozo, sabiendo que tenéis en vosotros una mejor y perdurable herencia en los cielos. (Hebreos 10.34)

Su gozo debe provenir de Dios, de su fidelidad y relación personal con Él, de su obediencia y trabajo espiritual, y de la seguridad y esperanza de la gloria eterna. Bill Reeves comenta: "*Pablo no habla del gozo de este mundo, el gozo que depende de condiciones o circunstancias favorables, sino del gozo en el Señor. Podemos estar siempre gozosos porque siempre recordamos que el Señor nos ha perdonado, que tenemos comunión con El, que a través de Cristo tenemos acceso al trono de Dios y, en fin, que aparte de múltiples bendiciones materiales, nos está bendiciendo con toda bendición espiritual en Cristo*".

Facundo Cabral afirmaba que: *"Hay tantas cosas para gozar y nuestro paso por la tierra es tan corto, que sufrir es una pérdida de tiempo"*. No pierda su tiempo navegando entre pensamientos limitantes y permitiendo que su estado de ánimo sea manipulado por cualquier persona, entorno o circunstancia.

No se preocupe, entristezca o enoje tanto por nada ni por nadie, si algún día le va a dar risa lo que le está pasando, ¿por qué no se ríe de una vez?

EN NUESTRAS RELACIONES PERSONALES

Que la falta de dominio propio cause que nuestro estado de ánimo no sea el mejor, es una cosa, pero no se queda ahí. Desgraciadamente la falta de dominio propio nos lleva a tener problemas en nuestras relaciones personales.

Dice el Señor:

> Vosotros también, poniendo toda diligencia por esto mismo, añadid a vuestra fe virtud; a la virtud, conocimiento; al conocimiento, dominio propio; al dominio propio, paciencia; a la paciencia, piedad; a la piedad, afecto fraternal; y al afecto fraternal, amor. Porque si estas cosas están en vosotros, y abundan, no os dejarán estar ociosos ni sin fruto en cuanto al conocimiento de nuestro Señor Jesucristo. (2Pedro 1.5-8 RV60)

Dice la palabra de Dios, que no es suficiente con tener fe, sino que es necesario añadirle virtud, y en seguida dice conocimiento, luego dominio propio, paciencia, piedad, afecto fraternal y amor. Todo lo cual no es sino la evidente muestra de nuestro amor por Dios. Dice también que quien no añade estas cosas y abunda en ellas es un ocioso y sin fruto, además de ignorante acerca de Jesucristo.

El interlineal griego-español dice: "*inactivos e infructíferos*", y la versión Latinoamericana dice: "*inútiles y estériles*". Entonces la fe sin virtudes es vana, ¿de qué sirve si alguien dice que tiene fe si no tiene obras? La fe y las virtudes sin conocimiento no son provechosas, ¿Cómo sabrá el hombre lo que es agradable a Dios sin conocer su voluntad? La fe, las virtudes, y el conocimiento sin dominio propio son muy peligrosos, pues pueden usarse para el mal, o por lo menos, de una forma muy deficiente. Luego el Señor sigue enumerando más requisitos, como la paciencia, el amor a Dios y a los demás, sin los cuales todas estas cosas no sirven de nada.

Es un proceso, o una cadena de virtudes que se van desarrollando y dependiendo unas de otras en nuestra vida espiritual gracias a nuestra relación personal con el Señor.

A lo largo de la historia humana, la falta de dominio propio ha causado grandes pérdidas y tragedias.
Las guerras mundiales se debieron a determinaciones de grandes e inteligentes líderes, que carecieron de dominio propio.
La drogadicción, la delincuencia y todo mal que aqueja a la sociedad de nuestro tiempo, no es causado sino por el pecado, el desconocimiento de Dios y la falta de dominio propio.
El rey Saúl es un bíblico ejemplo de la falta de dominio propio. Judas no mostró dominio propio, Pilato no ejerció su dominio propio.

La falta de dominio propio, incluso en un breve momento de nuestra vida, nos puede costar muy cara; nos puede costar el trabajo, el matrimonio, nos puede costar la comunión con Dios o nos puede costar incluso la vida misma.

Por falta de dominio propio es que la iglesia del Señor no avanza. Por falta de dominio propio no podemos tratar un asunto doctrinal sin enojarnos. Eso se refleja en las clases, en juntas de varones y en nuestra comunión unos con otros.

La iglesia de Dios urge de maestros que no se espanten ante preguntas difíciles, de hermanos que muestren por su paciencia y madurez el tiempo que llevan en el Camino, de estudio bíblico profundo que permita avalar nuestras posturas y opiniones. La gran mayoría de nuestras creencias, practicas y opiniones se siguen fundamentando en el *"yo pienso"*, *"yo creo"* y *"me dijeron"*.

El peor remedio que se puede escoger, es sencillamente ocultar y negar nuestras disensiones, no tratar los asuntos personales o doctrinales que más nos dañan, y eso, por alguna de las siguientes razones:

- Porque no tenemos capacidad para exponer bíblicamente nuestra postura
- Porque carecemos del básico sustento bíblico
- Porque sabemos realmente que estamos equivocados
- Porque nos da temor que nos saquen de nuestros errores
- Porque no queremos invertir tiempo y esfuerzo en el estudio
- Porque tememos provocar una división en la iglesia

Preferimos tapar los problemas y establecer una comunión formal, básica y limitada, que no es otra cosa sino una *comunión falsa* e hipócrita. Lo que se nos olvida es que en el Cielo no vamos a poder estar así.
Dice también la palabra de Dios:

> Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo, ni deis lugar al diablo. (Efesios 4.26-27 RV60)

La Biblia en Lenguaje Sencillo dice: *"Si se enojan, no permitan que eso los haga pecar. El enojo no debe durarles todo el día, ni deben darle al diablo oportunidad de tentarlos"*.

Cuando no solucionamos nuestros enojos damos entrada a Satanás, quien introduce en la iglesia la división, la hipocresía, la herejía, la frialdad, y todo tipo de pecados. ¿Y en la familia, y en nuestros trabajos? Hay personas a las que no les hablamos por años, cuando el enojo que nos es permitido no debe durarnos ni siquiera el día presente. Todo esto sucede por carecer del debido dominio propio, así como una incapacidad para tratar o resolver los conflictos personales.

De los muchos remedios que Dios propone, está la prudencia en el hablar. Dice un proverbio de Dios:

> En el mucho hablar no faltará el pecado, el que refrena sus labios es prudente. (Proverbios 10.19 BL95)

Advierte el Señor que entre más se alarguen las conversaciones, entre más palabras digamos, mayor será el margen de probabilidades de que caigamos en algún error o en algún pecado.

Dice un proverbio chino: "*Cuando te inunde una enorme alegría, no prometas nada a nadie. Cuando te domine un gran enojo, no contestes ninguna carta*". Es inteligente quien domina sus palabras, pero es más sabio el que sabe cuándo y cómo guardar silencio.

Por lo cual también dice el Señor: "*si alguno habla, hable conforme a las palabras de Dios*". Nuestras conversaciones deben ser en primer lugar sobre asuntos bíblicos y espirituales, en segundo lugar deben ser provechosas, positivas, útiles; todo en un clima de mansedumbre, humildad, sobriedad, santidad, y amor, buscando la superación de los demás, considerándolos superiores a uno mismo.

Además, la falta de dominio propio es una causa real de que muchos de nosotros no evangelicemos y además no estemos cualificados para ello.

Nuestro carácter nos impide asimismo visitar a los hermanos que andan mal, porque se nos olvida considerarnos a nosotros mismos, podemos en vez de restaurar al hermano caer nosotros también. Hermanos, los grandes apologistas del cristianismo, antes de aprender a vencer a sus rivales, aprendieron a dominarse y vencerse a sí mismos.

Pero también, además de ser una causa razonable, puede convertirse en un pretexto.
De acuerdo, si usted no tiene dominio propio, es mejor que no evangelice, porque solo confundirá al oyente, que no participe en los problemas de la iglesia, porque quizá los haga más grandes, que no entable debates con miembros de sectas protestantes, porque quizá el que termine confundido sea usted mismo.

En el momento que usted sienta que está perdiendo el control de sí mismo, en ese momento retírese, dé por finalizada la conversación o el debate o la clase, porque todo lo que viene a continuación no es sino perjudicial y desastroso para usted, para la persona con la que habla y, lo que es peor, para la obra, los objetivos, la doctrina y la gloria de Dios.

Con nuestra conducta, actitud e intemperancia, comprometemos seriamente la gloria y los propósitos de nuestro Dios.

Es cierto: usted tiene que evangelizar y tiene que visitar, y usted tiene que estar siempre preparado para presentar defensa con mansedumbre de su fe, sí, pero primero debe estar preparado para dominar eficientemente su *temperamento*, su estado de ánimo y el dominio de sí mismo.

> Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres. (Romanos 12.18)

La Biblia en Lenguaje Sencillo dice: *"Hagan todo lo posible por vivir en paz con todo el mundo"*.

Respondió a la voluntad de Dios que participemos y dependamos de lazos humanos de índole diversa: pertenecemos desde nuestro nacimiento a una familia, pertenecemos a una iglesia, pertenecemos a una empresa y formamos parte de una sociedad.
Dios desea y nos capacita para que en cada ámbito de nuestra vida seamos capaces de establecer relaciones personales que se distingan por el respeto, la seriedad y los valores cristianos.

En ocasiones los problemas interpersonales surgen cuando desarrollamos y tenemos expectativas muy irreales acerca del comportamiento de los demás; es decir, esperamos demasiado de las personas con las que nos relacionamos.

No solo se esperan grandes cosas, sino que elaboramos todo un conjunto de reglas y requisitos que esas personas deben cumplir para que exista paz o para que las podamos considerar nuestras amigas.
Cuando me siento de determinada manera, quiero que haga exactamente esto, cuando yo le diga tales palabras debe de responder así, cuando yo haga tal cosa espero su silencio total, y un largo etc. Muchas de esas exigencias ni siquiera se las expresamos, la otra persona ignora lo que esperamos de ella, decimos frases como: *"ya sabe"*, *"ni modo que no sepa"*, *"lo hizo adrede"*, *"ya me conoce"*, *"es lógico que debe hacer esto"*. Y cuando no actúa de acuerdo a nuestras expectativas, le atribuimos malas intenciones, nos sentimos defraudados y dejamos de confiar en esa persona.

Si usted cree que no tiene expectativas irreales acerca de los demás, responda esta pregunta: ¿con cuántos amigos verdaderos cree contar? La respuesta le abrirá los ojos.

Se dice que la gente grandiosa habla de ideas, la gente promedio habla de sucesos, y la gente mediocre habla de los demás. Si nuestras relaciones y conversaciones fueran acerca de la Palabra de Dios, acerca de la obra de la iglesia y acerca de nuestras propias deficiencias, no habría tantos problemas.

Como definíamos el dominio propio al principio de este estudio: salvar, guardar, proteger nuestra mente, para que podamos manifestar de forma poderosa el amor hacia uno mismo y hacia los demás, así como el pleno dominio de nuestra persona, mente y actitudes.
Y si algo le toca a la otra parte hacer, déjelo en sus manos y en su consciencia.

Os obsequio con una frase de Aristóteles: "*Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo*".

SUJETARSE AL DOMINIO DE CRISTO

Hemos estado analizando el provecho que puede traer a nuestras vidas el pleno dominio de nuestro ser, comenzando con el cuidado de nuestra mente, de nuestro estado de ánimo y de nuestras relaciones personales. Se ha expuesto la voluntad de Dios, se ha complementado con acertados comentarios y aun se ha aderezado con frases y consejos de la sabiduría humana.

Pero si acaso algo nos faltaba, o existe algo que puede lograr que tengamos un pleno dominio propio, es atender las enseñanzas de nuestro Señor Jesucristo.
Primeramente en Su ejemplo:

> En eso, uno de los que estaban con Jesús sacó su espada y le cortó una oreja al criado del sumo sacerdote. Jesús le dijo: Guarda tu espada en su lugar. Porque todos los que pelean con la espada, también a espada morirán. ¿No sabes que yo podría rogarle a mi Padre, y él me mandaría ahora mismo más de doce ejércitos de ángeles? Pero en ese caso, ¿cómo se cumplirían las Escrituras, que dicen que debe suceder así? (Mateo 26.51-54 DHH)

Aquí vemos el bíblico ejemplo de alguien con mucha fe, con virtudes y conocimiento, pero sin dominio propio, sin paciencia y sin amor. La característica de los tales ya decíamos que es que son sumamente peligrosos, para otros, para sí mismos y para la obra de Dios.
Si Cristo hubiera muerto junto a los apóstoles en una respuesta de los soldados romanos, la historia lo recordaría como un revoltoso más, o quizá ni lo recordaría. Como decíamos hace poco: Con nuestra conducta, actitud e intemperancia, comprometemos seriamente la gloria y los propósitos de nuestro Dios.

Cuando carecemos de dominio propio, como Pedro en este momento, nos hacemos olvidadizos de cosas importantes:

- Se nos olvida que Jesús se encuentra a nuestro lado, Jesús está presente en todo momento, y muestra atención a cada circunstancia
- Se nos olvida que debemos observar y responder ante todo como lo haría nuestro Maestro
- Se nos olvida el poder de Dios Cristo, ponemos en entredicho nuestra fe en ese poder o sencillamente dudamos de ese poder
- Se nos olvida que absolutamente todas las circunstancias por las que pasamos en la vida tienen un propósito de Dios y en ese propósito son necesarias
- Se nos olvida que esas circunstancias están en las manos de Dios, Él las gobierna, Él tiene toda potestad en el cielo y en la tierra, nada escapa a su soberanía y control

Y como lógica consecuencia, cuando olvidamos estas verdades importantes cometemos muchos errores importantes:

- Pretendemos defender el reino de Dios y su doctrina a sangre y fuego, como si dependiera de nosotros
- Luchamos con armas terrenales en contra de sombras terrenales, olvidándonos de nuestras verdaderas armas y de nuestro verdadero y único enemigo
- Ignoramos de qué espíritu somos, olvidándonos que Jesús no vino a quitar la vida, sino a salvarla
- Destruimos el amoroso propósito de Dios para las personas, a la vez que nos destruimos a nosotros mismos

Nuestro propósito espiritual en nuestras relaciones personales no es acabar con nuestros oponentes, sino ganarlos para Cristo. No buscamos que las personas nos honren, sino que se rindan a Cristo.

Jesús reprende tanto el acto *externo* de Pedro, como el *interno*. La falta de dominio propio, de paciencia y de amor, es la causa que motiva la agresión de Pedro.

La reprensión de Jesús vale también para nosotros: *"¿Acaso piensas que Dios no me puede enviar ejércitos celestiales que terminarían en un momento con estos soldaditos? ¿Acaso no crees que tengo poder para destruirlos si quisiera?"*

Pedro había sido en el ministerio de Jesús uno de sus más cercanos, había visto de cerca el poder del Señor, en el dominio de las tormentas, en milagros asombrosos y en resurrecciones. A Pedro se le olvidó nada menos que el ejemplo, las enseñanzas y las indicaciones de Jesús así como su poder y el del Padre. ¿Cómo es que habiendo visto en muchas ocasiones el poder divino de Jesús, Pedro cree que el Señor necesita de su ayuda?

El Señor dice: "*yo soy la resurrección y la vida, el que cree en mi aunque este muerto vivirá, y todo aquel que vive y cree en mi no morirá eternamente*".

Tranquilos, el que venció a la muerte en sí mismo y en otros, puede, con suma facilidad, quitarnos todas nuestras dificultades, no ocupamos amargarnos, pelearnos, perder nuestro propio dominio.

Pero ¿Dónde está nuestra fe, o en qué tipo de Dios está puesta?

La pregunta que surge entonces es: ¿Por qué Dios no nos quita sencillamente las dificultades? Hay muchas y verdaderas razones en los propósitos de Dios:

- Porque son útiles y necesarias
- Porque nos ayudan a crecer espiritualmente
- Porque es por medio de ellas que el poder de Dios nos perfecciona
- Porque Dios espera ver nuestras actitudes y reacciones de fe
- Porque nuestra fe es puesta a prueba y fortalecida
- Porque por medio de ellas se manifiestan los que son aprobados
- Porque le permiten a Dios pulir y moldear nuestro carácter
- Porque con ellas el Señor prepara nuestro espíritu para la vida eterna, y por muchas razones más

Además de todo, ¿Cómo va Dios a resolver todos nuestros asuntos, si estamos tan ocupados resolviéndolos nosotros solos? Nos sentimos solos y decidimos dejar a Dios fuera de nuestra vida, nos enfrentamos a nuestros gigantes, y aun a lo que ni nos corresponde, luego fracasamos, y comenzamos a quejarnos, a dudar del poder o de las intenciones de Dios. Y Dios se pregunta: *¿qué me toca hacer a Mí?*

Dice Jesús: ¿Cómo entonces se cumplirían las profecías, los designios y los propósitos de Dios? Antes, oh hombre, ¿Quién eres tú para que alterques con Dios? Si padeciendo dificultades nos olvidamos de Dios, ¿Qué pasaría si no tuviéramos ninguna? Cuando experimentamos en nuestra vida el fracaso, el sufrimiento, el dolor, las enfermedades y las contrariedades, ¿pensamos que Dios se *equivoca*? ¿Pensamos que Dios es injusto? ¿Pensamos que a Dios no le interesamos? ¿Pensamos que Dios no puede o no quiere ayudarnos?

Al mismo Pedro le había dicho el Señor: "*muchas cosas no las entiendes ahora, pero las entenderás después*". Es menester tener fe en el Señor, en que todo será así, como se nos ha dicho. Dios no va a cambiar nuestras circunstancias, porque por medio de nuestras circunstancias quiere cambiarnos a nosotros.

Pedro, después de comprender estas verdades y de aplicarlas a su vida, da testimonio de Jesús en la Escritura:

> Porque también Cristo padeció por nosotros, dejándonos ejemplo, para que sigáis sus pisadas; el cual no hizo pecado, ni se halló engaño en su boca; quien cuando le maldecían, no respondía con maldición; cuando padecía, no amenazaba, sino encomendaba la causa al que juzga justamente (1Pedro 2.21-23 RV60)

Veamos también la enseñanza de Jesús en Sus indicaciones. Dice también nuestro Señor, usando la Biblia en Lenguaje Sencillo:

De nada sirve que una persona sea dueña de todo el mundo, si al final se destruye a sí misma y se pierde para siempre. (Lucas 9.25)

Vale más ser paciente que valiente; vale más dominarse uno mismo que dominar a los demás. (Proverbios 16.32 BLS)

La versión Dios Habla Hoy traduce: "*más vale vencerse uno mismo que conquistar ciudades*". Dice otro proverbio:

El tonto está seguro de que hace lo correcto; el sabio hace caso del consejo. Los tontos fácilmente se enojan; los sabios perdonan la ofensa. (Proverbios 12.15-16 BLS)

La esposa del presidente norteamericano Lyndon Johnson le dijo un día: "*no podrás gobernar a esta gran nación si no te sabes gobernar a ti mismo*". Salomón entendió esta verdad, y de muchas cosas que pudo pedir, pidió únicamente sabiduría para gobernar al gran pueblo de Dios.
El mundo busca el poder y el dominio de muchas cosas, pero quien se domina a sí mismo, es verdaderamente agradable delante de Dios.

Y para dominar eficientemente nuestro corazón, o nuestro ser interior, es necesario aprender a dominar nuestros asuntos, de manera que estos no dominen nuestro carácter.

Aprenda y entienda, que hay cosas en su vida que están dentro de su responsabilidad y capacidad resolver, y no debe de dejarlas en manos de Dios o de otros.
Por ejemplo, sus deberes familiares, su ética laboral, su conducta delante de los hombres y de Dios, su vida y salud espiritual, su crecimiento y obra en la iglesia, el destino eterno de su alma, son algunas de las cosas que han sido depositadas en sus manos, que dependen exclusivamente de su actitud, decisión y acciones.

Asimismo, existen otras cosas que debe de dejar en las manos de otras personas, pues a ellas les corresponde. No se inmiscuya en pecados ajenos, no luche batallas ajenas, no se enferme por lo que no se come.
De la misma manera, otras muchas cosas debe de dejarlas en las manos solamente de Dios. Su vida y salud, y la de sus seres queridos, están en las manos de Dios. No es algo por lo que usted deba de vivir angustiado.

Dice la Palabra del Señor:

> Si alguno, pues, trata de no cometer las faltas de que hablo, será como vajilla noble: será santo, útil al Señor, apropiado para toda obra buena. (2Timoteo 2.21 BL95)

La Septuaginta reza: *"Si alguien, pues, se depurare de estas cosas, será vaso para honra, santificado y útil al dueño, para toda obra buena dispuesto"*.

Siguiendo el ejemplo y las indicaciones de Jesús, es que nos ayudará a tener dominio propio, y la búsqueda de este don espiritual, nos facultará y cualificará para operar según su voluntad y cumplir el propósito de Dios para nuestra vida: alcanzar la vida eterna mediante el conocimiento y la obediencia a la voluntad de Dios, adorándole y glorificándolo en todo como siervos útiles y espiritualmente bien dispuestos. Y si llegáremos a ejercer plenamente nuestro dominio propio, que sea para buscar la gloria y los propósitos de Cristo Jesús.

La próxima vez que se sienta tentado a sacar la espada, acuérdese que el Señor Jesús está presente, que está mirando su corazón y su carácter y que su voluntad gobierna cada momento de cada circunstancia en nuestros días, y que todas esas circunstancias cumplen con algún buen propósito de Dios para nuestra vida. Confíe en el Todopoderoso, busque la virtud, el conocimiento, el dominio propio, la paciencia y el amor, a Dios, hacia los demás y hacia usted mismo. Nadie podrá ser de bendición para otros, si no lo es para sí mismo.

CONCLUSIÓN

Lo que Dios nos pide y nos exige en este asunto, es que tengamos dominio propio; y tener dominio propio producirá que hagamos todo decentemente y con orden. Ponga y proponga *remedios*. He conocido gente quejándose por su trabajo 30 años. Aquí entre nos: ¿no conoce gente que tiene varios años quejándose de x congregación? ¡Pero no deja de asistir a ella! *"Que la ofrenda, que el evangelista, que los predicadores, que la junta de varones"*.

Nos quejamos de la ciudad pero aquí vivimos, nos quejamos del trabajo pero ahí nos matamos, nos quejamos de muchas situaciones pero son la rutina de nuestra vida. Si decidimos pasar la vida en esa situación, ¿no podemos hacerlo por lo menos de la mejor manera posible?

Y si nos quejamos porque podemos cambiar las cosas, entonces hágalo, inténtelo, cámbielas. Participe, proponga, métase de lleno, comprométase, invierta tiempo, dinero y esfuerzo; y si no está dispuesto o no está en sus posibilidades, por lo menos no se queje, ¿qué gana? ¿Dónde Dios mandó quejarnos tanto de las cosas? Porque lo hacemos muy bien y a menudo. Es más lo que nos quejamos que lo que hemos hecho, ayudado, o estamos dispuestos a hacer.

Por último hermana y hermano: Disfrute sus momentos, disfrute a sus hermanos, disfrute la adoración y el evangelismo personal, muy pronto, más pronto de lo que usted se imagina, ya no habrá nada de que disfrutar. Y si usted no disfrutó lo que Dios le regaló en esta vida, es seguro que no va a poder disfrutar lo que Dios le tiene reservado allá en el Cielo.
Espero que este sencillo material sea de alguna utilidad para su vida cristiana. Que Dios lo bendiga y muchas gracias por su atención a este estudio.

Tonalá, Jal. Diciembre de 2015